

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

13 февраля 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	165/20	4,9	4,8	31,3	188	0,66
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	2,9	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	44/17/6	2	4,3	25,5	147	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12	52	46,7
Итого			461	10,1	11,9	69	424	54,06
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,3	30	6,4
Итого			141	0,8	0,4	16,3	74	8,4
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	55	1,1	2	4,4	42	8,7
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,4	4,2	16,5	125	14
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	133	9,3	11,6	22,7	234	11,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10,1	42	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			623	18	18,3	73,5	538	34,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	115	6	2	8,4	80	1
Итого			166	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	41	7	3,8	7,3	92	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	140	2,1	4,1	13,1	99	7,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,2	4,6	14,1	115	0,83
Итого			418	13,3	12,5	34,5	306	8,23
Всего				51,8	48,1	229,2	1575	106,29

Стоимость 179 рублей